



XLIII COPA DEPUTACIÓN OURENSE ATLETISMO FINAL SUB10 - SUB12 - 05/06/2026

HORARIO DEFINITIVO

HORA	PROBA	CATEGORÍA	SEXO	ATLETAS
18:00	2.000 m. Marcha	S12	M/F	2 M + 2 F
18:00	1.000 m. Marcha	S10	M/F	1 M + 5 F
18:00	Altura	S10 - S12	Feminino	2 M + 2 F
18:25	Lonxitude	S10	M/F	7 M + 8 F
18:25	Peso (1 Kg)	S10	M/F	4 M + 3 F
18:25	60 m.	S12	Feminino	7
18:30	60 m.	S12	Feminino	6
18:35	60 m.	S12	Feminino	6
18:40	60 m.	S12	Feminino	6
18:40	Altura	S10 - S12	Masculino	6 M - 6 F
18:45	60 m.	S12	Masculino	8
18:50	60 m.	S12	Masculino	7
18:55	Peso (2 Kg)	S12	M/F	3 M + 7 F
18:55	50 m.	S10	Feminino	6
19:00	50 m.	S10	Feminino	6
19:05	50 m.	S10	Feminino	6
19:10	Lonxitude	S12	Masculino	9
19:10	50 m.	S10	Masculino	7
19:15	50 m.	S10	Masculino	6
19:20	PREMIACIÓN			
19:30	1.000 m.	S12	M/F	6 + 2
19:37	1.000 m.	S10	M/F	2 + 1
19:40	Lonxitude A	S12	Feminino	13
19:40	Lonxitude B	S12	Feminino	13
19:45	500 m.	S12	Feminino	13
19:50	Pelota (200 g.)	S10	M/F	10 M + 9 F
19:55	500 m.	S12	Masculino	9
20:05	500 m.	S10	Feminino	12
20:20	Lonxitude*	Absoluta	M/F	4 M + 5 F
20:25	Pelota (300 g.)	S12	Feminino	10
20:15	500 m.	S10	Masculino	8
20:25	100 m.*	Absoluta	Masculino	5
20:30	100 m.*	Absoluta	Masculino	4
20:35	100 m.*	Absoluta	Feminino	6
20:40	100 m.*	Absoluta	Feminino	6
20:40	Pelota (300 g.)	S12	Masculino	9





**Federación
Galega de
Atletismo**



Praza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.
T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com C.I.F. G15103500



DEPORTE
GALEGO

20:45	100 m.*	Absoluta	Feminino	6
20:50	4 x 50 m.	S10	Feminino	3 Equipos
20:57	4 x 50 m.	S10	Masculino	3 Equipos
21:10	4 x 60 m.	S12	Feminino	4 Equipos
21:17	4 x 60 m.	S12	Masculino	4 Equipos
21:20	PREMIACIÓN			

* Control FGA

CADENCIA ALTURA DO LISTÓN*

Sub10: 0,93 - 1,01 - 1,09 - 1,15 - 1,20 - 1,25 e de 3 en 3 cm.

Sub12: 0,96 - 1,04 - 1,12 - 1,18 - 1,23 - 1,28 e de 3 en 3 cm.

TÁBOAS LONXITUDE

Distancias da táboa de batida:

- Lonxitude Sub 10 → 1 m.
- Lonxitude Sub 12 → 2 m.
- Lonxitude Absoluta → 3 m.

NÚMERO DE INTENTOS LANZAMENTOS - LONXITUDE

Lanzamentos - Lonxitude: 3 intentos

Lonxitude Absoluta: 4 intentos



**COPA
DEPUTACIÓN
OURENSE**

Actividade subvencionada pola Deputación Provincial de Ourense